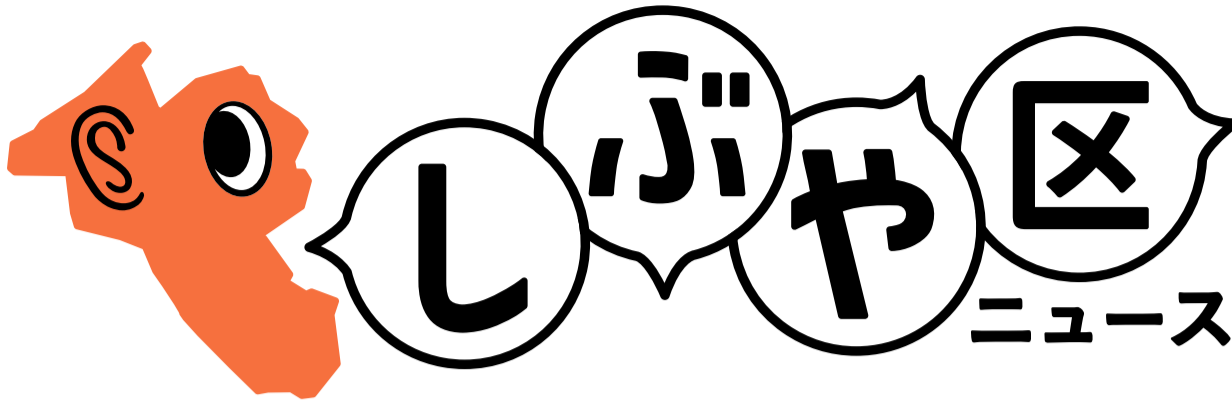


多胎児・年子・低出生体重児を育てる家族の交流の場。

令和8年  
(2026年) 4月15日 No. 1606



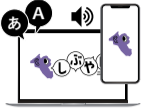
発行 | 渋谷区  
編集 | 広報コミュニケーション課  
所在地 | 〒150-8010 宇田川町1-1  
電話 | 03-3463-1211 (代表)



▲Lit.Link  
(公式 SNS など)

しゅぶや区ニュース ウェブテキスト版  
Shibuya City News - Website version

渋谷区公式ウェブサイト(渋谷区ポータル)ではしゅぶや区ニュースを「やさしい日本語」と多言語で閲覧できます。また、声のニュース(音声版)や点字版も発行しています。



The official Shibuya City website offers Shibuya City News in plain Japanese and multiple languages, as well as a text-to-speech version for accessibility purposes.



▲区ポータル  
Shibuya City website



黒須里恵さん

## 子育て世代の孤立を防ぐ、「渋谷ファクト」。

4 | 5月から高齢者の補聴器購入費の  
5 | 助成上限額を引き上げます ほか

6 | がん検診の  
7 | お知らせ ほか

8 | 幡ヶ谷緑道の一部区間の再整備工事が  
9 | 完了しました ほか

10 | 戸籍に記載される予定の氏名の  
11 | 振り仮名を確認してください ほか

渋谷区基本構想が掲げる渋谷区の未来像「ちがいを ちからに 変える街。渋谷区」

# 当事者同士で分かり合える、多胎家庭のコミュニティー。

渋谷のラジオで  
出張インタビュー

多胎児や年子、低出生体重児を育てる家族を支えるコミュニティー「渋谷ファクト」を運営する黒須里恵さんに、活動を始めたきっかけや活動内容などについて伺いました。



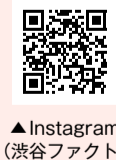
互いを理解し、  
自然に支え合える  
社会を目指して  
活動しています。

「渋谷ファクト」代表  
くろす 里恵  
黒須里恵さん

## 多胎育児をサポートする取り組み

多胎とは、双子や三つ子など、一度の妊娠で2人以上の子どもを授かることを指します。日本では、双子の出生は100件の分娩につき約1組(1%)といわれています。また、多胎児の約70%が低出生体重で生まれます。

「渋谷ファクト」は、多胎家庭を支えるコミュニティーとして、令和2(2020)年に設立されました。また、令和3(2021)年には、多胎家族が安心して育児ができる社会の実現を目指して、複数の多胎育児支援サークルの代表者が連携し、「支える・学ぶ・広げる」ための関東1都6県のネットワークとして、「(一社)関東多胎ネット」が設立されました。



▲Instagram  
(渋谷ファクト)

## 多胎育児環境の地域差をなくすために、交流の場をつくる

### 自己紹介をお願いします。

黒須：多胎や年子、リトルベビー(低出生体重児)家庭を支えるコミュニティー「渋谷ファクト」の代表を務める、黒須里恵です。私自身も、中学生の長女と、小学生の男女の双子の3人の子どもの母として、育児に日々奮闘しています。

### 多胎家庭の支援活動を始めたきっかけを教えてください。

黒須：双子が1歳3カ月になるまで暮らしていた兵庫県での経験が、大きな原動力となっています。当時住んでいた町では、行政や地域のコミュニティー、大学が密接に連携し、多胎家庭を支える体制が整っていました。妊娠中から必要な情報を得られる仕組みがあるだけでなく、出産時期の近い家族や先輩パパ・ママと自然につながることでできる場がありました。その後、渋谷区に引っ越してきたときに、当時はまだ同じようなコミュニティーが見当たりませんでした。住む場所によって育児環境に大きな差があることに気づき、渋谷区でも多胎育児に不安を感じている家族がつながることのできる場所をつくりたいと考え、令和2(2020)年に「渋谷ファクト」を立ち上げました。また同時期に、関東の多胎サークル代表者の皆さんとの情報交換が始まり、そこでも地域間の支援格差を改めて実感しました。この課題を解決するためには、各地域のコミュニティー同士の連携に加え、行政や医療従事者、研究者、子育て支援団体などが協働して多胎家庭を支えるネットワークが必要だと考え、「(一社)関東多胎ネット」の立ち上げにも参画し、現在は理事として活動しています。

## 自分たちのための活動から、地域と一緒に作る活動へ

### 「渋谷ファクト」について教えてください。

黒須：「渋谷ファクト(Fu.c.t)」は、双子の「Fu」、小さめ赤ちゃんの「c」、年子の「t」のそれぞれの頭文字をつなげた団体名になっています。最初は、多胎育児のコミュニティーとして立ち上げたのですが、約半年後に支援対象を年子やリトルベビー家庭へと広げました。拡大の理由は、大きく二つあります。一つは、対象となる三つのグループに多くの共通点があると感じたからです。例えば、年子家庭は多胎家庭と同じように2人乗りベビーカーを使うなど、育児スタイルや負担感が似ています。また、多胎児の多くは低出生体重で生まれるため、リトルベビー家庭と同じ悩みを抱えることも少なくありません。もう一つの理由は、渋谷区の基本構想で掲げられている未来像「ちがいを ちかから 変える街。」に強く共感したからです。三つのグループは境遇こそ異なるものの、共通点をきっかけにお互いを理解し合い、支え合える関係を築くことを目指しています。

### 具体的にどのような活動をしているのでしょうか？

黒須：活動の中心となっているのは、定例で開催している「渋谷ファクトひろば」です。このイベントは、妊婦さんや子育て中の親子が集まっておしゃべりをしたり、情報交換をしたりするだけでなく、親子で楽し

めるワークショップなども企画しています。また、令和6(2024)年からはLINEの公式オープンチャットを導入し、オンライン上でもリアルタイムに交流や情報交換ができる場を設けました。さらに、近隣の多胎サークルと合同イベントを開催するなど、対面とオンラインの両面からつながりの輪を広げています。

### 参加されている皆さんの反応はいかがですか？

黒須：参加者の皆さんの反応は、この数年で少しずつ変化してきました。立ち上げ当初は、主催者である私たちが企画内容を考えていましたが、最近では、参加された家族から「次はこんなことをやってみたい」といった提案をいただけるようになったんです。LINEのオープンチャットでも、「このエリアで開催してほしい」といった声が寄せられるようになり、地域ごとのニーズも見えるようになりました。皆さんの声をきっかけに新しい企画が生まれるのは非常にうれしく、「渋谷ファクト」をみんなでつくり上げているという手応えを感じています。

### 代々木中学校の生徒による「双子育児と移動」をテーマにした探究学習で、共同探究者として協力されたそうですね。

黒須：きっかけは令和2(2020)年、当時中学2年生だったグループが、探究学習の一環で私を訪ねてくれたことでした。双子育児についてインタビューを受けたのですが、多胎家庭を取り巻く現状や制度、さらには社会的な課題にまで踏み込んだ内容で、中学生とは思えないほど本質を突いた質問ばかりだったことに驚かされました。インタビューの後、生徒の皆さんに「双子用のベビーカーを押してみませんか？」と声を掛けると、全員がとても興味を持ってきて、実際に双子を乗せたベビーカーを押してもらいました。歩道の狭さや段差、道路で人とすれ違う際の難しさなどを一つ一つ確かめながら、真剣に取り組む姿を見て、とてもうれしく感じたことを覚えています。この探究学習の発表の様子は、後日動画で拝見しました。発表は「私たち一人一人の小さな行動が、社会の意識を変えていく」という言葉で締めくられていて、胸が熱くなりました。

### これまでのさまざまな活動を通じて、ご自身にはどのような変化がありましたか？

黒須：一番大きな変化は、「自分たちのための活動」から「地域と一緒に作る活動」へと、視点が広がったことです。区内で行われるトークセッションや渋谷福祉学会でのポスター発表など、地域のさまざまな場に積極的に参加するようになりました。中でも大きな転機となったのは、令和4(2022)年から「渋谷子育てmap<sup>®</sup>」の企画編集部に加わったことです。子育て支援に取り組む人たちとのつながりが一気に広がっただけでなく、「渋谷ファクト」の情報を掲載いただいたことで、多くのご家族に活動を知ってもらえるようになりました。また、次第に他の子育て支援団体との関係も生まれ、家族同士がつながり合ったり、自然と助け合いが広がったりするようになりました。そうした変化を実感する中で、この活動に取り組んできて本当に良かったと感じています。

\*区内在住の母親と子育て支援団体・施設が協力して作成した、子育て初心者向けの地図型小冊子

## お互いを知り、理解し合うことでつながる地域に

### 「渋谷ファクト」の今後の活動予定について教えてください。

黒須：5月に恵比寿で「渋谷ファクトひろば」を開催予定です。開催日時や会場などについては詳しくは、公式InstagramやLINEのオープンチャットで順次お知らせします。ぜひ、気軽に参加してください。

### 多胎家庭に限らず、全ての家庭が心地よく子育てできる世の中にするために、重要なことは何だと思いますか？

黒須：活動を通じてさまざまな立場の人とお話する中で強く感じるのは、立場や状況が異なると、互いの状況を十分に理解できない場合があるということ、そして、私たち「渋谷ファクト」のことも十分に知られていないということです。世の中には、多胎家庭だけでなく、ひとり親家庭や障がいのあるお子さんを育てている家庭、多子世帯など、さまざまな背景を持つ家庭があります。それぞれの状況は異なっていますが、周囲の理解不足により傷ついてしまったり、育児の手が足りなかったり、孤立しやすかったりといった課題は共通していると感じています。誰もが安心して子育てができる社会を実現するためには、一つの属性や立場に閉じこもるのではなく、もう少し広い視点でお互いを知り、理解し合うことが重要だと思っています。

### 区民の皆さんにメッセージをお願いします。

黒須：渋谷区は、本当に地域の絆の強いまちだと感じています。「渋谷ファクト」は、育児に困難を抱えやすい家庭を対象とした小さな子育てグループではありますが、私たちの活動を知っていただくことをきっかけに、身近でそうした家族を見つけた際には、ほんの少し気に掛けていただけたらありがたいです。また、「渋谷ファクト」では、運営やイベントの手伝いをしてくださるボランティアを募集しています。当事者でなくても参加できますので、興味のある人はぜひ、連絡してください！

(((「渋谷のラジオ」で放送中!)))



黒須さんへのインタビューは4月21・28日に「渋谷の星」で放送します。



▲渋谷のラジオHP



▲区内各地で開催される「渋谷ファクトひろば」の様子▶



問 広報コミュニケーション課広報プロモーション係  
☎ 03-3463-1287 ☎ 03-5458-4920

区ポータル  
(バックナンバー)▶



渋谷区の番組を放送中です

ラジオ渋谷区ニュース  
月~木 11:00/16:00/21:50(10分間)  
「しよや区ニュース」の情報を発信します。

渋谷いきいき倶楽部  
月~金 13:00/16:30(30分間)  
シニアの皆さんを応援する番組です。

渋谷の星  
火 11:10(45分間)  
渋谷区で活躍する人たちが登場します。

渋谷のくらし  
金 16:00(30分間)  
地域の催しなどの様子を伝えます。

ラジオしよや区ニュース(区長の部屋)  
金 11:00/17:00/19:50(10分間)  
区長が出演します。  
(ラジオしよや区ニュースの内容になる場合があります)

しよや区 × 渋谷ラジオ とは？

「しよや区ニュース」は、「渋谷のラジオ」と連動したページを掲載し、人と人のつながりが広がる紙面を届けています。

渋谷ラジオ

周波数：87.6MHz FM  
\*防災通知機能付きラジオアプリRadimo(レディモ)で聴取可能(iOS・Android対応)

所在地 | 渋谷3-22-11 サンクスプライムビル1階 TEL | 03-6712-6876  
FAX | 03-5778-9620 E-MAIL | info@shiburadi.com HP | shiburadi.com/



# 子育て・教育・生涯学習 それぞれの成長を、一生よろこべる街へ。

8年度

## 児童育成手当を申請してください

7年中の所得が所得制限限度額未満で、現在、児童育成手当(育成手当・障害手当)を受給していない人が手当を受けるには、申請が必要です。制度の内容や申請方法など詳しくは、区ポータルを確認してください。

申請期間 5月1～29日  
 区子ども政策課子育て給付係  
 ☎03-3463-2558  
 ☎03-5458-4942



▲区ポータル(育成手当)



▲区ポータル(障害手当)

## スマイルシップスポーツベビーin原宿こども園 「子育てひろば」

| 日時       | 対象                          | 定員(先着) |
|----------|-----------------------------|--------|
| 5月7日(休)  | 10:30～ 区内在住の2・3歳の子どもと保護者    | 8組     |
| 5月19日(火) | 11:15 区内在住の2か月～1歳未満の子どもと保護者 | 7組     |

場 原宿こども園(神宮前1-1-10)  
 内 子どもと楽しく体を動かし、自律神経を整える呼吸と姿勢を学ぶ  
 講 スマイルシップスポーツベビー認定コーチ  
 申 5月1日から電話で原宿こども園(☎03-6438-9301)へ  
 問 (-社)次世代SMILE協会 ☎03-5422-7622  
 保育課保育管理係  
 ☎03-3463-2483 ☎03-5458-4907



▲原宿こども園HP

## ふらっとアイリス

| イベント名     | 日時                      | 内容   |
|-----------|-------------------------|--|
| ①のんびりフィーカ | 4月24日(金)<br>19:00～20:30 | 目的や結論を求めずに、テーマに沿って参加者同士で自由に語り合います。4月のテーマは「評価」です。 |
| ②読書会      | 5月9日(土)<br>10:30～12:00  | ジェンダーをテーマにした本を通じて、日常に潜む疑問を参加者と一緒に考えます。           |

特 ②『わたしはわたし。あなたじゃない。10代の心を守る境界線「バウンダリー」の引き方』 鴻巣麻里香(著)リトルモア  
 申 当日会場  
 場・区渋谷インクルーシブシティセンター(アイリス)  
 ☎03-3464-3395 ☎03-3464-3398

## 子育て教室「親子でうたあそび」

| 日時       | 対象          | 定員(先着)                       |     |
|----------|-------------|------------------------------|-----|
| 5月20日(水) | 14:00～14:40 | 区内在住のおおむね6か月以上の歩行前の子どもとその保護者 | 15組 |
|          | 15:20～16:20 | 区内在住の歩き始め～年長児とその保護者          | 25組 |

講 保育シンガーソングライター 荒巻シャケ氏  
 申 4月20日から電話・窓口で  
 場・区中幡・笹塚子育て支援センター  
 ☎0120-25-7044 ☎03-3370-1262



## 社会教育館講座

●今こそ対話を！対話型トレーニングで「デモクラ筋」を鍛えよう！

日 5月16日(土)10:00～13:00 場 上原社会教育館  
 内 対話力を鍛える  
 講 デモクラシーフィットネス公認講師 藤田さなえ氏  
 対 区内在住・在勤・在学の人  
 定 20人(抽選)  
 申 4月25日までに応募フォームで  
 問 幡ヶ谷社会教育館 ☎03-3376-1541 ☎03-3375-9278



▲応募フォーム

●物質の多様性 量子力学の世界

「リングは落ちるけど、電子はまわる？」  
 日 5月16日(土)14:00～16:30 場 千駄ヶ谷社会教育館  
 内 量子力学を知り、ミクロの世界で遊ぶ  
 講 東京大学生産技術研究所特任研究員 井村健一郎氏  
 対 区内在住・在勤・在学の人  
 定 20人(抽選)  
 申 4月25日までに応募フォームで  
 問 幡ヶ谷社会教育館 ☎03-3376-1541 ☎03-3375-9278



▲応募フォーム

●親子でトレイルミニ四駆づくり

日 6月20日(土)10:00～12:00または13:30～15:30  
 場 千駄ヶ谷社会教育館  
 内 組み立てキットで作り方と仕組みを学び、実際にミニ四駆を動かす  
 講 プロモデラー オオゴシトモエ氏  
 対 小学生とその保護者(区内在住・在学の人優先)  
 定 各8組16人(抽選)  
 費 1,500円(材料費)  
 申 4月24日までに応募フォームで  
 問 千駄ヶ谷社会教育館 ☎03-3497-0631 ☎03-3497-0632  
 学びとスポーツ課学び支援係 ☎03-6451-1417 ☎03-6451-1428



▲応募フォーム

## ピックアップ PickUp!

渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(通称「シブカツ」)では、同じ趣味を持った集まりや、ボランティア活動、NPOなど、地域でつながる団体やコミュニティを紹介しています。

### ●今月のピックアップ

| 団体名                       | 活動内容         | 会場                 |
|---------------------------|--------------|--------------------|
| エルダリーボイス                  | ボイストレーニング    | 総合ケアコミュニティ・せせらぎ    |
| アクトブルーヴ代官山                | バレエ          | 代官山スポーツプラザ         |
| フラ・ケアラ                    | 初心者向けフラダンス   | 上原社会教育館            |
| 総合型地域スポーツ・文化クラブ 初台アイアイクラブ | 太極拳、スポーツ吹矢ほか | 初台青年館              |
| 日本舞踊・鏡会                   | 日本舞踊         | 本町CC本町コミュニティセンターほか |

掲載申込 シブカツHPまたはシブカツ窓口(渋谷ヒカリエ8階)で  
 ※掲載には要件があります。詳しくは、シブカツHPを確認してください。

問 学びとスポーツ課活躍支援係  
 ☎03-6451-1418 ☎03-6451-1428



▲シブカツHP

## 体験型イベント

### 「大ちゃん先生とローラースレッジホッケーにトライ」

スティックを使って前に進み、シュートを放つローラースレッジホッケーは、頭も体も心も働かせる全身運動です。「スレッジ」と呼ばれる車輪のあるそりに乗って、室内でホッケーを楽しみませんか。

日 5月24日(日)10:00～11:15  
 場 スポーツセンター  
 講 認定NPO法人D-SHIPS32代表 上原大祐氏  
 対 区内在住・在学の小学生(区内在勤の保護者の子を含む)  
 ※車いすを利用する人も参加できます。  
 定 12人(先着)  
 申 4月18日10:00から渋谷スポーツ共育プラザ&ラボ“すぽっと”HPで  
 問 渋谷スポーツ共育プラザ&ラボ“すぽっと”  
 ☎03-5341-4177 ☎03-5422-7694  
 子ども政策課子ども青少年育成係  
 ☎03-3463-2578 ☎03-5458-4942



▲すぽっとHP



# 福祉 あらゆる人が、自分らしく生きられる街へ。

## 高齢者マッサージサービス

| 日程        | 受付時間                    | 会場              | 定員(先着) |
|-----------|-------------------------|-----------------|--------|
| 5月5日(火・祝) | 9:30~14:15<br>(1回35分程度) | はつらつセンター幡ヶ谷     | 28人    |
| 5月13日(水)  |                         | はつらつセンター富ヶ谷     | 各14人   |
| 5月22日(金)  |                         | リフレッシュ氷川        |        |
| 5月28日(木)  |                         | 総合ケアコミュニティ・せせらぎ | 28人    |

**内** 国家資格保有者によるマッサージ  
**対** 区内在住で65歳以上の人 **費** 1,400円(施術費)  
**持** 住所・氏名・年齢を確認できるもの、手拭い(薄手のタオル)2枚  
**申** 当日会場で ※代理人の申し込み不可  
**関** 高齢者福祉課サービス事業係  
**☎** 03-3463-1873 **☎** 03-3463-2873

## 介護職員の資格取得を支援します

介護人材の確保・定着・育成を目的として、研修受講料などの資格取得にかかる費用を補助します。  
**補助対象** ・介護職員初任者研修受講料  
 ・介護職員実務者研修受講料  
 ・介護福祉士資格取得費用  
**申** 4月20日~9年3月12日(消印有効)に、申請書に必要書類を添えて、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎5階介護保険課事業所支援主査へ郵送・持参  
 ※申請書は4月15日から区ポータルでダウンロード可  
 ※詳しくは、区ポータルを確認してください。  
**関** 介護保険課事業所支援主査  
**☎** 03-3464-8003 **☎** 03-5458-4934



▲区ポータル

## 介護者リフレッシュ交流会

| 日時                      | 会場・申し込み  | 内容                            |
|-------------------------|--|-------------------------------|
| 5月16日(土)<br>10:30~12:00 | <b>場</b> はつらつセンター参宮橋<br><b>申</b> あやめの苑・代々木地域包括支援センター<br><b>☎</b> 03-3372-1038 <b>☎</b> 03-3372-1108                | 笑いヨガ<br>「笑いで元気を作ろう」           |
| 5月19日(火)<br>14:00~15:30 | <b>場</b> はつらつセンター幡ヶ谷<br><b>申</b> 笹幡地域包括支援センター<br><b>☎</b> 03-5365-1611 <b>☎</b> 03-5365-1612                       | セルフハンドマッサージ<br>「マッサージでリフレッシュ」 |
| 5月27日(水)<br>13:30~15:00 | <b>場</b> SCC千駄ヶ谷コミュニティセンター<br><b>申</b> 障害者福祉センター はあつあびあ原宿地域包括支援センター<br><b>☎</b> 03-3423-2112 <b>☎</b> 03-3423-2110 | ミニ講話と懇談会                      |

**対** 区内在住で介護をしている人  
 ※介護が必要な人の参加については相談してください。  
**定** 各10人(先着)  
**申** 4月20日から電話・ファクスで上記地域包括支援センターへ  
**関** 高齢者福祉課高齢者相談支援係  
**☎** 03-3463-1989 **☎** 03-3463-2873

## 5月から高齢者の補聴器購入費の助成上限額を引き上げます

聴力の低下により、周囲との円滑なコミュニケーションが難しい高齢者を対象に、補聴器の購入費用の一部を助成します。  
**対** 区内在住の65歳以上で次の全てに該当する人  
 ・住民税が非課税である、または住民税が課税されていて合計所得金額が135万円以下である  
 ・聴覚障がいによる身体障害者手帳の対象(高度難聴以上)でない  
 ・耳鼻咽喉科専門医から本事業の基準を満たす証明を受けた  
**助成上限額** 72,000円(4月30日までは45,000円)  
**申** 申請書を、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎5階高齢者福祉課サービス事業係へ郵送・持参  
 ※各地域包括支援センターへの持参も可  
**※事前申請が必要です。申請前に補聴器を購入した場合は対象外です。**  
**関** 高齢者福祉課サービス事業係 **☎** 03-3463-1873 **☎** 03-3463-2873

## 公衆浴場のイベント

**●公衆浴場無料入浴デー**  
**・高齢者入浴デー**  
**日** 5月3日(日・祝)・17日(日)13:00~16:00  
**対** 区に住民登録のある60歳以上で利用者証を持っている人  
**利用方法** 受け付けで利用者証を提示  
**利用者証の申請** 申請書・顔写真(正面向き・無背景、縦2.5センチメートル・横2センチメートルからL判まで)を、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎5階地域福祉課福祉管理係へ郵送・持参  
 ※オンライン申請・区LINEも可  
 ※申請書は福祉管理係・出張所で配布(区ポータルでダウンロード可)  
**・親子ふれあい入浴デー**  
**日** 5月10・24日(日)16:00~19:00  
**対** 区に住民登録のある中学生以下の人とその保護者  
**持** 住所を確認できるもの(中学生は学生証または在学が確認できるもの)  
**●しょうぶ湯**  
**日** 5月5日(火・祝)各公衆浴場の営業時間内 **費** 通常の入浴料金  
**〈共通事項〉**  
 ※実施しない浴場あり。詳しくは、東京都公衆浴場業生活衛生同業組合渋谷支部に加入している各浴場へ問い合わせてください。



▲区ポータル

## 遊湯~ひろば

| 日時                      | 会場             | 内容              |
|-------------------------|----------------|-----------------|
| 5月11日(月)<br>14:00~16:00 | 大黒湯(西原3-24-5)  | 笑いヨガ            |
| 5月19日(火)<br>12:00~14:00 | 羽衣湯(本町3-24-20) | アロマストレッチ(アロマ講座) |
| 5月20日(水)<br>13:30~15:30 | さかえ湯(東1-31-19) | 昭和歌謡を歌いましょう     |

※介護予防に役立つプログラムと入浴がセットになったメニューです。  
 ※内容は一部変更となる場合があります。  
**対** 区に住民登録のある60歳以上で、①高齢者入浴デー利用者証を持っている人、②介護保険被保険者証を持っている人とその介助者、③その他の人  
**費** ③200円 **利用方法** 受け付けで①利用者証、②介護保険被保険者証を提示  
**申** 当日会場で  
**関** 地域福祉課福祉管理係 **☎** 03-3463-1832 **☎** 03-5458-4936

## 足湯イベント

**日** 5月5日(火・祝)11:00~16:00 **内** 屋上での足湯(しょうぶ湯)  
**対** 区内在住・在勤・在学の人 **持** タオル **申** 当日会場で  
**場**・**関** はつらつセンターケアステーション本町  
**☎** 03-5334-9980 **☎** 03-3372-6615



## シルバー人材センター入会説明会

| 日時                      | 会場                          | 定員(先着) |
|-------------------------|-----------------------------|--------|
| 5月1日(金)<br>13:00~15:00  | 渋谷生涯活躍ネットワーク・シブカツ(渋谷ヒカリエ8階) | 9人     |
| 5月13日(水)<br>10:00~12:00 | 総合ケアコミュニティ・せせらぎ             | 15人    |

※1人30分程度  
**内** 会員として働きたい人の相談、入会手続き  
**対** 区内在住の60歳以上で就労意欲のある人  
**申** 4月17日から開催日の前日17:00までに電話・申込フォームで  
**関** シルバー人材センター  
**☎** 03-5465-1876 **☎** 03-3466-1874 **申** 申込フォーム▶



## 高齢者健康トレーニング教室(全8回)

**日** 6月4日~7月30日(木)13:30~15:00 ※7月2日を除く  
**場** スポーツセンター **内** マシントレーニング、ストレッチ運動など  
**対** 区に住民登録のある65歳以上で、事業参加にあたり他の人の介助を必要とせず、自分で記名式アンケートに回答可能な人  
 ※通院中または体調に不安がある人は医師へ相談してください。  
**定** 5人(抽選)  
**費** 1,200円(保険料) ※8年4月1日時点で64歳の方は2,000円  
**申** 4月30日までに電話でスポーツセンター(☎03-3468-9051)へ  
**関** 介護保険課介護総合事業係 **☎** 03-3463-1888 **☎** 03-5458-4934



# 福祉のつづき



区内のイベント情報をジャンルを問わず掲載しています。



## 巡回型福祉なんでも相談窓口

| 日時        | 会場                   |
|-----------|----------------------|
| ①5月1日(金)  | はつらつセンターケアステーション本町   |
| ②5月13日(水) | 地域交流センター恵比寿          |
| ③5月15日(金) | 千駄ヶ谷社会教育館            |
| ④5月28日(水) | 総合ケアコミュニティ・せせらぎ      |
| ⑤6月3日(水)  | 広尾都営五丁目アパート(広尾5-7-1) |
| ⑥6月5日(金)  | 笹塚区民会館               |
| ⑦6月19日(金) | リフレッシュ氷川             |
| ⑧6月25日(水) | 上原社会教育館              |

相談員 地域福祉コーディネーター、民生委員・児童委員  
 困り事や心配事があり、相談先が分からない人 当日会場で  
 渋谷区社会福祉協議会 ☎03-6452-5072 ☎03-3476-4904  
 地域福祉課地域福祉推進係 ☎03-3463-1846 ☎03-5458-4936

## お口のアンチエイジング教室(全2回)

| 日時           | 会場              |
|--------------|-----------------|
| 6月3日、9月2日(水) | 代官山スポーツプラザ      |
| 6月4日、9月3日(木) | 総合ケアコミュニティ・せせらぎ |

歯科医師の指導による口腔機能検査(咀嚼力検査、口腔水分計測、舌圧測定など)、顔・口のトレーニングの紹介  
 区に住民登録のある65歳以上で、事業参加にあたり他の人の介助を必要とせず、自分で記名式アンケートに回答可能な人(初めての人優先)  
 定各20人(抽選)  
 5月13日(消印有効)までにはがき(6ページ)必要事項のほか生年月日を記入を、〒150-0011東3-14-13ひがし健康プラザ2階渋谷区口腔保健支援センタープラザ歯科診療所へ郵送、または電話でプラザ歯科診療所(☎03-5466-2770)、渋谷区歯科医師会(☎03-3770-2341)へ  
 介護保険課介護総合事業係 ☎03-3463-1888 ☎03-5458-4934

## 元気すこやか事業「Smileトレーニング」(全12回)

6月3日～8月26日の(水)14:00～14:30 ※7月29日を除く  
 配信 Zoom ※ビデオ通話による双方向のやり取りあり  
 足の筋力・バランス力などを鍛え、歩く力を維持するトレーニングや、呼吸筋のストレッチ ※運動強度:歩くよりも小さい  
 区に住民登録のある65歳以上で、自宅に参加できる環境があり、自身でZoomの操作ができる人(来場型の「元気すこやか事業」に参加していない人優先)

定25人(抽選)  
 4月30日までに申込フォームで  
 ※「元気すこやか事業」下期の運動講座に当選した人も申し込み可 ▲申込フォーム  
 かんなみの杜・渋谷 ☎03-5784-3872 ☎03-5784-3876  
 (平日9:00～17:00)  
 介護保険課介護総合事業係 ☎03-3463-1888 ☎03-5458-4934



# 健康・スポーツ 思わず身体を動かしたくなる街へ。

## のびのび水中運動教室(全8回)

5月14日～7月2日の(水)14:00～14:45  
 水中ウォーキング、水中トレーニングのグループ指導  
 区内在住・在勤・在学で、足腰が弱いなどの理由により普段運動する機会がない、自力で会場への往復、排せつ、更衣ができる中学生以上の人  
 ※知的障がいのある人を除く 定8人(先着) 費65歳以上1,200円、64歳以下2,000円(保険料) ※任意加入  
 4月17～24日に電話・窓口で  
 場・間ひがし健康プラザ ☎03-5466-2291 ☎03-5466-2292

## 健康づくり講演会「猛暑に負けない!筋力・体力低下を解消する運動と食事の秘訣」

暑い日に運動する際の注意点や夏でもできる運動法、筋肉・骨を守るための食事のポイントなどについて解説します。  
 5月29日(金)14:00～15:30  
 場 区役所本庁舎8階801会議室  
 講 日本赤十字社医療センター医師 田中清和氏  
 区内在住・在勤・在学の人(手話通訳あり)  
 定40人(先着) 4月29日～5月28日に区LINEで  
 ※申し込みの際に事前質問をすることができます(5月8日まで)。 ▲区LINE  
 場 地域保健課健康推進係 ☎03-3463-2412 ☎03-5458-4937

## シブヤ部活動改革プロジェクトの地域クラブ化推進に関する基本方針を策定しました

策定にあたり、パブリック・コメントを実施しました。寄せられた意見と区の方針は、区ポータルを確認してください。  
 閲覧場所 区ポータル、区役所本庁舎7階学びとスポーツ課・6階区政資料コーナー  
 場 学びとスポーツ課スポーツコーディネート主査  
 ☎03-3463-3296 ☎03-3463-3822  
 区ポータル(4月15日公開)

## 「令和8年度渋谷区食品衛生監視指導計画」を策定しました

食品衛生法第24条に基づき、「令和8年度渋谷区食品衛生監視指導計画」を策定し、公表しました。区ポータルで閲覧できます。  
 場 生活衛生課食品衛生第一係・食品衛生第二係  
 ☎03-3463-2253 ☎03-5458-4943 区ポータル▶

## 春季区民スポーツ大会

| 種目            | 日時                                       | 会場                  | 対象  | 費用   | 申し込み                   | 問い合わせ                                  |
|---------------|--|---------------------|---|--|------------------------|--|
| 少年少女相撲/わんぱく相撲 | 5月10日(日) 11:00～16:30                     | スポーツセンター            | 区内在住・在学の小学生 定150人(先着)   |  | 登録フォームで ※当日参加可 ▲登録フォーム | 渋谷区相撲連盟 ☎090-6953-9669                 |
| ダンススポーツ       | 5月17日(日) 13:00～16:00                     |                     | 区内在住・在学の人   | 1,000円(当日参加は1,200円)                          | 電話で ※当日参加可             | 渋谷区ダンススポーツ連盟 ☎03-5384-8545(面手)         |
| ライフル射撃        | 10メートル・50メートルの部<br>5月24日(日) 8:30～        | 埼玉県長瀬射撃場(埼玉県秩父郡長瀬町) | 渋谷区ライフル射撃協会会員、区内在住・在勤・在学で当該競技銃の所持者 ※参加枠に空きがある場合は、オープン資格での参加も可 | 10メートルの部: 2,300円<br>50メートルの部: 3,300円         | 各日程の7日前までにメールで         | 渋谷区ライフル射撃協会 ☐h.tomz2023@outlook.jp(富沢) |
|               | 100メートル・300メートルの部(大口徑)<br>6月21日(日) 8:30～ |                     |   | 100・300メートルの部: 5,300円 ※3×20(3姿勢20発)のみ 6,300円 |                        |  |

場 学びとスポーツ課スポーツ振興係 ☎03-3463-3295 ☎03-3463-3822

申し込み必要事項 ①希望講座・コース、②希望日時、③郵便番号・住所、④氏名(ふりがな)、⑤年齢、⑥電話番号  
 ※区内在勤の人は勤務先・所在地、区内在学の方は学校名(学年)・所在地を記入

## がん検診のお知らせ

区の指定医療機関にて、無料でがん一次検診を受けることができます。  
※受診にはクーポン券が必要です。

### ●がん一次検診(区の事業)

| 種類    | 検診内容                 | 対象者(9年4月1日現在)                |
|-------|----------------------|------------------------------|
| 胃がん   | 胃内視鏡検査またはバリウムエックス線検査 | 50歳以上で偶数年齢の人                 |
|       | バリウムエックス線検査          | ・50歳以上で奇数年齢の人※1<br>・45~49歳の人 |
| 肺がん   | 胸部エックス線検査            | 40歳以上の人                      |
| 大腸がん  | 問診・便潜血検査             |                              |
| 乳がん   | マンモグラフィー             | 40歳以上で偶数年齢の女性※2              |
| 子宮頸がん | 視診・内診・子宮頸部細胞診        | 20歳以上で偶数年齢の女性※2              |

※1 前年度、区のクーポン券で胃内視鏡検査を受診した人を除く  
※2 奇数年齢の人でも前年度に未受診の場合に限り、クーポン券を発行できます。

**クーポン券発送対象** 区内在住の4~8月生まれで、上表の対象者のうち、次のいずれかに該当する人

- ・過去3年以内に区のがん検診を受診した
- ・9年4月1日時点で20・24・28・32・36・40・50・60・70歳になる

※上記以外の対象者および転入者には、希望によりクーポン券を発送します。

※妊娠や治療などの状況により受診できない場合があります。  
ただし、大腸がん検診は妊娠中も受診できます。

### ●新たなステージに入ったがん検診の総合支援事業(国の事業)

| 種類    | 検診内容          | 対象者(9年4月1日現在) |
|-------|---------------|---------------|
| 乳がん   | マンモグラフィー      | 41歳の女性        |
| 子宮頸がん | 視診・内診・子宮頸部細胞診 | 21歳の女性        |

**クーポン券発送対象** 上表の対象者に該当する人

#### 〈共通事項〉

**クーポン券発行** オンライン申請で **受診期間** 9月30日(水)まで

**受診申込** 電話で指定医療機関(クーポン券に同封の一覧参照)へ  
区 地域保健課健康推進係

☎03-3463-2412 ☎03-5458-4937

オンライン申請▶



## サッカー FC東京 子ども無料招待

明治安田J1百年構想リーグのプレーオフ第2戦に、区内在住の小学生を無料招待します。また、同伴者は優待価格で観戦チケットを購入できます。



©FC TOKYO

☎6月6日(土)14:00キックオフ

場 MUFJスタジアム(新宿区)

対 区内在住の小学生とその同伴者

定 300人(抽選)

費 大人2,000円、18歳以下1,000円、12歳以下500円

※申し込みには、区内在住の小学生が1人以上含まれている必要があります。

☎5月10日までに申込フォームで

※1組最大5枚まで申し込み可

区 学びとスポーツ課スポーツコーディネート主査

☎03-3463-3296 ☎03-3463-3822

▲申込フォーム



## 親子で水慣れ教室(全4回)

| 日時        | 対象  |
|-----------|---|
| 6月7~28日の日 | 11:05~11:50 区内在住・在園の満3歳児~年少児(おむつ着用不可)とその保護者 |
|           | 11:55~12:40 区内在住・在園の年中・年長児(おむつ着用不可)とその保護者   |

☎水遊びを中心とした、子どもへの補助の方法

定 各20組40人(抽選)

費 保険料 ※任意

☎4月29日までに応募フォームで

場 区中幡小学校温水プール ☎03-3376-1069 ☎03-3376-1072



▲応募フォーム

## スローイング×マルチスポーツチャレンジ

4種のスポーツ体験とストレッチ講座を通じて、「投げる力」を伸ばすイベントです。

☎5月24日(日)11:00~13:20または13:40~16:00

場 本町CC本町コミュニティセンター

対 プロ野球チームが運営する野球教室のコーチ、やり投げオリンピック選手ほか

☎区内在住・在学の小中学生

定 各100人程度(抽選)

☎5月1日までにTOKYO UNITE HPで

区 学びとスポーツ課スポーツ振興係

☎03-3463-3295 ☎03-3463-3822



▲TOKYO UNITE HP

## スポーツ教室

### ●前期ソフトテニス教室(全12回)

☎5月3日(日・祝)・5日(火・祝)・17日(日)、6月7・21・28日(日)、7月12・19・26日(日)、8月9・23日(日)、9月21日(月・祝)13:00~17:00

※5月3日、6月7・21日は大会・イベントの予備日のため中止となる場合があります。

場 代々木西原公園

☎区内在住・在勤・在学・在クラブで小学4年生以上の初心者~中級者

※初心者は未経験者や小学生が対象です。

定 各30人(先着)

費 一般4,000円、中学生以下2,500円、初心者2,000円

☎5月3日12:00から会場で

※詳しくは、渋谷区ソフトテニス連盟(☎03-3375-8350

松田)へ問い合わせてください。



▲渋谷区ソフトテニス連盟HP

### ●初心者アーチェリー教室(全6回)

☎6月4日~7月9日の(木)19:00~20:30

場 スポーツセンター

☎区内在住・在勤・在学で18歳以上の初心者

定 18人(抽選)

費 3,000円

☎5月16日(必着)までに往復はがき(6ページ)必要事項記入を、〒151-0066西原1-40-18スポーツセンター内渋谷区スポーツ協会へ郵送・持参

※詳しくは、渋谷区アーチェリー協会(☎090-8109-8020)へ問い合わせてください。

〈共通事項〉

区 学びとスポーツ課スポーツ振興係

☎03-3463-3295 ☎03-3463-3822



## 防災・安全・環境・エネルギー

人のつながりと意識が未来を守る街へ。

### リサイクルバザール

☎5月10日(日)10:00~13:30 場 リフレッシュ氷川

☎フリーマーケット、家庭で余っている食品やまだ使えるおもちゃ・食器類・調理器具などの回収

#### ●参加店舗募集

☎区内在住の人 定 24店舗(先着) 費 1店舗1,000円

☎5月9日10:00~11:00に会場で ※出店枠に空きがある場合のみ、5月9日12:00~16:00に電話で

氷川地区リサイクルバザール実行委員会(☎080-3384-7555)へ

区 清掃リサイクル課リサイクル推進係 ☎03-5467-4073 ☎03-5467-4076



▲区ポータル





**産業振興** ビジネスの冒険に満ちた街へ。

新たに店舗を開業する個人・事業者対象

**「店舗開業支援補助金」の受け付けを開始します**

区では、店舗の魅力でまちを豊かにすることを目的とする「渋谷Local Street Project」を進めています。その一環として、店舗を拠点としたコミュニティづくりや地域との連携に取り組む個人・事業者を支援するための補助金を交付します。

☑補助金交付決定後に、区内で小売業・飲食業・サービス業などの事業を開業し、新たに店舗を構える個人または事業者

※申請時点で他の事業を営んでいない、もしくは事業開始後10年未満である個人または事業者に限ります。

📌対象経費 工事費、設備費、広告費

📌補助額 対象経費(税込み)の5分の4

📌補助上限額 250万円

|       | 申請期間        | 交付決定日   | 開業日       | 募集件数 |
|-------|-------------|---------|-----------|------|
| 第1回募集 | 4月15日～6月1日  | 7月末ごろ   | 9年1月31日まで | 10件  |
| 第2回募集 | 7月15日～8月31日 | 10月中旬ごろ | 9年3月31日まで |      |

📌申請書類をメールで ※区ポータルでダウンロード可

※書類審査後、対面での面接審査を予定しています。審査日程は申請書の受け付け後に通知します。

※補助金の交付には条件があります。条件について詳しくは、区ポータルを確認してください。

📌産業観光課産業振興係 ☎03-3463-1762 📞03-3463-3528

✉div-sangyo@shibuya.tokyo



▲区ポータル

**渋谷区創業セミナー(全5回)**

| 日程       | 内容                              |
|----------|---------------------------------|
| 5月23日(土) | 創業・起業の心構え、先輩起業家の体験談、渋谷区の特徴と商業立地 |
| 5月30日(土) | マーケティングの基礎、販路開拓、創業時の採用と人材育成     |
| 6月6日(土)  | 会計の基礎知識・演習、事業計画書の作成、個別相談        |
| 6月13日(土) | 創業の準備と資金調達、区の支援制度、ビジネスプランの発表    |
| 6月20日(土) | 創業時に活用できる補助金・助成金、ビジネス情報交換会      |

※いずれも13:00～17:00

📌配信 Zoom

📌区内でこれから創業予定で、全日程に参加できる人 ※全日程を受講した人は、特定創業支援等事業による支援を受けたことの証明書の申請が可能です。

📌定 50人(先着)

📌申 4月18日～5月9日に区ポータル内の申込フォームで

📌📌産業観光課産業振興係

☎03-3463-1762 📞03-3463-3528



▲区ポータル

**おしごと個別相談会**

📌5月13日(水)13:30～17:30 📌就労支援センターしづやビッテ

📌相談員 キャリアコンサルタント 📌区内で求職中の人 📌8人(先着)

📌申 4月20日10:00から電話で就労支援センターしづやビッテへ

📌📌就労支援センターしづやビッテ

☎03-6427-6700 📞03-6427-6865

産業観光課産業振興係

☎03-3463-1762 📞03-3463-3528



▲区ポータル

**空間とコミュニティのデザイン** 愛せる場所と仲間を、誰もがもてる街へ。

**玉川上水旧水路緑道**

**幡ヶ谷緑道の一部区間の再整備工事が完了しました**

**玉川上水旧水路緑道再整備**

整備から約40年が経過し、緑道全体の傷みや老朽化が進んでいるため、再整備を進めています。歴史・文化を継承しながらリニューアルするとともに、樹木などの豊かな緑を保全すると同時に、地域のつながりを育む空間や機会の創出を目指します。

8年度中に全区間の再整備工事に着手し、ササハタハツ(笹塚・幡ヶ谷・初台駅周辺)エリアの価値向上、シティプライドの醸成を目指します。



▲区ポータル



▲幡ヶ谷緑道(常盤橋～相生橋)



**工事完了区間**  
玉川上水旧水路幡ヶ谷緑道(常盤橋～相生橋)

📌緑道・道路構造物課計画調整係 ☎03-3463-2979 📞03-5458-4946

**住宅全般のリフォーム工事費を助成します**

📌申請期間 9年1月29日まで

📌区に住民登録があり、区内の持ち家に現在居住していること

※他にも条件があります。必ず工事の前に問い合わせてください。

📌対象工事 屋根・外壁の改修、トイレ・浴室・キッチンを取り替え、二重窓の取り付け工事など ※集合住宅の共用部分を除く(一部例外あり)

📌助成額 5万円以上の工事費(消費税を除く)の20%

📌助成上限額 10万円

📌申 住宅相談フォーム・電話で東京土建一般労働組合渋谷支部住まいの相談室(☎03-6304-2317 ※平日9:30～17:00)へ

※申請には事前相談が必要です。

📌📌住宅政策課住環境整備係

☎03-3463-3548 📞03-5458-4947



▲住宅相談フォーム

**マンション管理計画認定制度の認定基準が変わりました**

マンションの管理計画が一定の基準を満たす場合に、適切な管理計画を持つマンションとして、区から認定を受けることができます。4月から、管理計画認定基準に区独自の上乘せ基準を設けました。申請を検討する際は、事前に相談してください。認定申請には(公財)マンション管理センターの手数料がかかります(区の手数料は当面の間無料)。

📌分譲マンションの管理組合の管理者等

📌電話で(公財)マンション管理センター(☎03-6261-1274 ※平日9:30～17:00)へ

📌📌住宅政策課住環境整備係

☎03-3463-3548 📞03-5458-4947

区役所・出張所・保健所の窓口受付は、月～金曜日8:30～17:00(祝・休日、年末年始は除く)です。

区民サービスセンター(渋谷ヒカリエ8階)の窓口受付は、平日11:00～19:00、(土)9:00～17:00(祝・休、年末年始は除く)です。

### マンション管理無料相談会

日 5月15日(金)14:00~16:00 場 区役所本庁舎8階810会議室  
 相談員 マンション管理士  
 対 区内分譲マンションの管理組合役員・区分所有者  
 定 2組(先着) 申 5月1~8日に電話で  
 問 住宅政策課住環境整備係 ☎03-3463-3548 ☎03-5458-4947

### 峰の原山菜狩り

日 5月30日(土)・31日(日)(1泊2日) 場 アクティブ峰の原(長野県須崎市)  
 ※現地集合・解散、上田駅からの送迎あり  
 対 申し込み代表者が区内在住・在勤・在学の人 定 30人(抽選)  
 費 一般2,000円、未就学児200円  
 (昼食代・保険料を含む、交通費・宿泊費別途)  
 申 4月27日~5月3日17:00に電話・アクティブ峰の原HPで  
 問 アクティブ峰の原(峰の原青少年山の家)  
 ☎0268-74-3179 ☎0268-74-3178  
 子ども政策課子ども青少年育成係  
 ☎03-3463-2578 ☎03-5458-4942



▲アクティブ峰の原HP

### 区民保養施設

## 河津さくらの里しづや 宿泊者限定イベント「親子で農業体験」



日 6月13日(土)・14日(日)(1泊2日)  
 対 農業体験(もち米の田植え・サツマイモの苗付け)、餅つき、参加者交流会  
 対 区内在住の子どもと保護者 定 10組程度(抽選)  
 費 親子ペア8,800円(子どもが中学生以上の場合は9,900円)  
 ※1人追加ごとに2,200円(保護者・中学生以上)、1,100円(小学生以下)加算  
 ※現金払いのみ  
 ※宿泊費別途(クレジットカード、ハチペイでの支払い可)  
 申 4月30日17:00までに申込フォームで  
 問 ・農業体験について 河津さくらの里しづや東京事務所  
 ☎03-6419-7956 ☎03-6427-2539  
 ・宿泊について 河津さくらの里しづや  
 ☎0558-32-1020 ☎0558-32-2830



▲申込フォーム

## 6月7日(日)は“渋谷おとなりサンデーの日”

▶日程 6月7日(日) ▶場所 渋谷区内各所

### 「渋谷おとなりサンデー」とは?

「ご近所の皆さんと顔見知りになること」を目的に、区が平成29年度から行なっている取り組みです。  
 「渋谷おとなりサンデーの日」と定めた毎年6月第1日曜日には、区内各所で行われるさまざまなイベントを通じて、多くの交流の場が生まれてきました。

### 誰でも参加できます!

集まってご飯を食べたり、マルシェを開いたり、一緒に外遊びをしたりなど、渋谷に住む人も、働く人も、学ぶ人も誰もが自由に企画や参加をすることができます。区では「おとなりサンデーの日」に合わせた企画の開催をサポートしています。詳しくは、事務局へ問い合わせてください。



▲渋谷おとなりサンデーHP



▲渋谷おとなりサンデーFacebook



問 渋谷おとなりサンデー運営事務局(地域振興課協働推進主査) ☎03-3463-1630 ☎03-5458-4906 ✉info@shibuya-otonari.jp



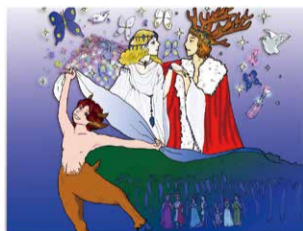
## 文化・エンタテインメント あらたな文化を生みつづける街へ。



### ★ コスモプラネタリウム渋谷

#### ★ GW特別投影「ワルプルギスの夜とベルテーン」

ケルトの暦で夏の始まりである4月30日に開かれるお祭り「ベルテーン」。その日の夜は「ワルプルギスの夜」と呼ばれ、魔女たちが集会をするため、ドイツのプロッケン山に集うという言い伝えがあります。今回は、ケルトの文化や暦、それにまつわるさまざまな話について解説しながら、星空を案内します。



日 4月30日(木)19:00~19:50 費 一般1,000円、小中学生500円

#### ★ 特別投影「ペルーの星空」

日本から南米ペルーへ星空旅行をしながら、ペルーの星空や文化を楽しむイベントです。

日 5月1日(金)19:00~19:50 費 1,000円

#### 〈共通事項〉

定 各120人(先着)

申 4月25日からコスモプラネタリウム渋谷HP・現地券売機で

場・問 コスモプラネタリウム渋谷

☎03-3464-2131 ☎03-3464-2148



▲コスモプラネタリウム渋谷HP

### 第125回 社会教育館ミニコンサート

#### 「リスタートコンサート 音楽で心のデトックスを」

新年度の始まりに感じる不安や緊張、日々のストレスをピアノと歌の力で癒し、前向きな気持ちで新しい1歩を踏み出しませんか。

日 5月24日(日)14:00~16:00(13:30開場)

場 長谷戸社会教育館

出演 ピアノ 薄木葵氏ほか

定 70人(抽選)

※区内在住・在勤・在学の人優先

申 4月28日までに応募フォームで

※1回の応募につき3人まで

問 長谷戸社会教育館

☎03-3463-8061 ☎03-3463-8062

学びとスポーツ課学び支援係

☎03-6451-1417 ☎03-6451-1428



▲応募フォーム



▲薄木葵氏



文化・エンタテインメントのつづき

しゅぶや  
イベント  
カレンダー

区内のイベント情報をジャンルを問わず掲載しています。

**松濤美術館**

区内在住の人は  
金曜日無料

〒150-0046松濤2-14-14 ☎03-3465-9421 📠03-3460-6366

**入館料** 一般1,000円(800円)、大学生800円(640円)、高校生・60歳以上500円(400円)、小中学生100円(80円)

※かっこ内は区内在住の人および10人以上の団体料金、小中学生は(出)・(日)・(祝)・(休)無料、障がいのある人付き添い1人は無料

---

◎中央アジアの手仕事 華麗なる刺繍とジュエリー  
広島県立美術館コレクションより

シルクロード上に位置する中央アジアでは、古代からさまざまな民族が行き交い、多様な文化が生み出されました。本展では、刺しゅう布「スザニ」や、銀製の装身具などの工芸品を紹介します。広島県立美術館所蔵の、ウズベクとトルクメンの染織およびジュエリーコレクションより、それぞれの民族に伝わる、繊細で華やかな手仕事を紹介します。

📅6月14日(日)まで  
🕒開館時間 10:00～18:00(入館は17:30まで)  
※毎週金曜日は10:00～20:00(入館は19:30まで)  
📅休館日 月曜日(休日・祝日の場合はその直後の平日)、4月30日(木)

◎館内建築ツアー  
📅4月24日(金)18:00～18:40  
👤定 20人程度(先着) 📍当日会場で

▲《女性用被衣(チルピ)》  
テケ族、トルクメン人  
19世紀 広島県立美術館蔵

**地域密着型伝統芸能プロジェクト「渋谷の学び舎」  
2026伝承ホール寺子屋の塾生募集**

1年を通じてさまざまな伝統芸能を学べる、体験型学習プログラムです。

●伝統芸能プログラム(5月～9年2月)

| 内容           | 日時         | 備考                           |
|--------------|------------|------------------------------|
| 開講式          | 5月31日(日)   | 10:00～11:30                  |
| 学習プログラム①     | 7月12日(日)   | 決定次第、伝承ホール寺子屋特設サイトにてお知らせします。 |
| 学習プログラム②     | 7月19日(日)   |                              |
| 学習プログラム③     | 7月26日(日)   |                              |
| 学習プログラム④     | 8月2日(日)    |                              |
| 公開講座「古典の日」   | 11月1日(日)   |                              |
| 公開講座「やしよめ寄席」 | 9年2月20日(土) | 14:00開演(予定)                  |
| 修了式          |            | 17:30～18:30                  |

※学習プログラムは、ジュニア(小学生)・ユース(中学生)・シニア(18歳以上)クラスがあります。またこの他、別途申込制(有料を含む)の講座などを予定しています。  
※内容は変更・中止する場合があります。

●カブキ体験プログラム(8～10月) 監修:松本幸四郎氏

| 内容         | 日時(予定)                                   |
|------------|--|
| 稽古         | 8月30日、9月6・20・27日、10月11・18日(日)10:00～12:15 |
| リハーサル      | 10月4日(日)18:00～20:00                      |
| 「渋谷金丸伝説」本番 | 10月25日(日)                                |

場 文化総合センター大和田 監 プロデューサー 鈴木英一氏

👤 区内在住・在勤・在学で、両プログラムに参加できる人

※伝統芸能プログラムのみ参加可

👤 ジュニア(小学生)・ユース(中学生)・シニア(18歳以上)クラス計100人程度

※経験不問、書類審査あり

👤 着物代、帯代(カブキ体験プログラム本番の指定の着物を持っていない人のみ) ※稽古で使用する浴衣(または和装)・白足袋は各自で用意

📅 4月15～28日(必着)に申込用紙を、〒150-0031

桜丘町23-21文化総合センター大和田3階ホール事務室へ郵送・持参 ※申込用紙は伝承ホール寺子屋

特設サイトでダウンロード可

▲伝承ホール寺子屋特設サイト



📍 文化総合センター大和田ホール事務室

☎ 03-3464-3252 📠 03-3464-3289

▲令和7年度の活動記録

**郷土博物館・文学館 文学講座「短歌を学ぼう」(全5回)**

📅 5月14日、7月9日、9月10日、11月12日、9年1月14日(木)14:00～16:00

場 文化総合センター大和田

👤 自作の短歌作品を提出し、講師より添削・アドバイスを受ける

👤 歌人 豊島秀範氏

👤 区内在住・在勤・在学の人

👤 定 25人(抽選)

📅 4月30日(必着)までに往復はがき(6ペーヅ)必要事項のほか人数(2人まで)、両名の氏名を記入)を、〒150-8010(住所不要)渋谷区役所本庁舎8階郷土博物館・文学館仮事務室へ郵送・持参 ※メールも可

📍 郷土博物館・文学館仮事務室

☎ 03-3486-2791 📠 03-3486-2793

✉ sby-bunkazai@shibuya-muse.jp

▲博物館・文学館HP

その他のお知らせ

**旧優生保護法による優生手術・人工妊娠中絶などを  
受けた人に補償金や一時金が支給されます**

7年1月17日に「旧優生保護法に基づく優生手術等を受けた者等に対する補償金等の支給等に関する法律」が施行されました。対象となる人には、請求により国から補償金や一時金が支給されます。

●補償金

👤 旧優生保護法に基づく優生手術などを受けた本人およびその配偶者(死亡している場合はその遺族) ※事実婚などを含む

支給額 本人1,500万円、配偶者など500万円

●優生手術等一時金

👤 旧優生保護法に基づく優生手術などを受けた本人で生存している人

支給額 320万円

●人工妊娠中絶一時金

👤 旧優生保護法に基づく人工妊娠中絶などを受けた本人で生存している人  
支給額 200万円 ※優生手術等一時金を受給した場合には支給されません。

〈共通事項〉

請求期限 12年1月16日

※請求は、請求書などを住んでいる都道府県に提出した後、国の認定審査会を経て、内閣総理大臣により認定されます。詳しくは、東京都福祉局HPを確認してください。

📍 東京都旧優生保護法補償金等受付・相談窓口

☎ 03-5320-4206(平日9:00～17:00) 📠 03-5388-1401

▲東京都福祉局HP

**国民年金 学生納付特例制度**

日本国内に住む20歳以上60歳未満の人は国民年金の被保険者となり、学生でも国民年金に加入しなければなりません。年金の納付が困難な学生は、在学中の保険料の納付が猶予される「学生納付特例制度」の申請ができます。申請を行わずに保険料を納めていないと、不慮の事故などにより障がいが残ってしまった場合、障害基礎年金を請求できなくなることがあります。

👤 大学・専門学校・専修学校などの学生で、前年の所得が基準以下の人

📄 申請に必要なもの 年金手帳または基礎年金番号通知書、学生証または在学証明書

📍 区役所本庁舎3階国民健康保険課国民年金係(1番窓口)で

※出張所・区民サービスセンターでは手続きできません。

※マイナポータルから電子申請ができます。

※電子申請について詳しくは、日本年金機構HPを確認してください。

▲日本年金機構HP

**公共機関の職員をかたった詐欺電話に注意してください**

区役所や年金事務所の職員は、保険料・医療費などの還付金や給付金の手続きで金融機関やATMに誘導することは一切ありません。不審な電話があった場合は、最寄りの警察署へ連絡してください。

📍 国民健康保険課国民年金係 ☎ 03-3463-1797 📠 03-5458-4940

日本年金機構渋谷年金事務所 ☎ 03-3462-1241

※自動音声案内に従って、番号「2」の後、「2」を押してください。

税金

8年度特別区民税・都民税(個人住民税)の納税通知書が届く前に口座振替の申し込みができます

8年度第1期分の口座振替の申し込み期限は次のとおりです。

●パソコン・スマートフォンでの申し込み

6月12日

※利用可能な金融機関は区ポータルを確認してください。



▲区ポータル

●口座振替依頼書(紙)での申し込み

5月10日 ※ポスト投函日(目安)

※口座振替依頼書は区役所本庁舎6階税務課・出張所(新橋出張所を除く)・区民サービスセンターで配布(区ポータルでダウンロード可)

※6月に送付される納税通知書に同封の「口座振替依頼書」ですぐに申し込んでも、その年度の全期前納および第1期分の口座振替には間に合いません。口座登録が完了するまでは、納付書で納めてください。

区税務課税務管理係 ☎03-3463-1706 📠03-5458-4913

渋谷区一般建物施設長寿命化計画を改定しました

区が所有する建物(公営住宅や学校施設を除く)を対象に、将来にわたって安全に区民サービスを提供できるよう、予防保全を重視した計画的な改修・更新を進めています。建設費高騰を踏まえた工事費の見直しなどを整理し、今後10年間の方向性などを示す計画として改定を行いました。詳しくは、区ポータルを確認してください。



▲区ポータル

区資産総合管理課公共施設総合管理主査 ☎03-3463-1490 📠03-5458-4932

夜間無料法律相談会

日 5月12・26日、6月9・23日(火)17:30~20:00(1人30分)

場 渋谷シビック法律事務所(神南1-22-8渋谷東栄ビル5階)

内容 離婚、相続、その他法的トラブル全般に関する相談

相談員 弁護士

対象 区内在住・在勤の人、区内事業者 各16人(先着)

申込 4月17日から電話で渋谷シビック法律事務所へ

会場 渋谷シビック法律事務所 ☎03-5428-5429(平日10:00~16:00)

広報コミュニケーション課広聴相談係

☎03-3463-1290 📠03-5458-4920

戸籍に記載される予定の

氏名の振り仮名を確認してください

渋谷区に本籍がある人へ、戸籍に記載される予定の氏名の振り仮名を確認するはがきを、7年8月に送付しています。正しい振り仮名が記載されているかを必ず確認してください。

※特に、氏名に拗音(小さい「ャ」「ュ」「ョ」)や促音(小さい「ッ」)などがある人は、大きい文字になっていないかなど、改めて確認してください。振り仮名はマイナポータルでも確認することができます。

振り仮名が誤っている場合は5月25日までに届け出をしてください

届け出がなかった場合、通知に記載された振り仮名が戸籍および住民票に記載されます。届け出期間終了間際の混乱を避けるため、早期の届け出にご協力をお願いします。

※本籍地が渋谷区で振り仮名の確認ができない人は、渋谷区戸籍振り仮名のコールセンターへ問い合わせてください。本籍地が渋谷区以外の方は、本籍地の区市町村へ問い合わせてください。

渋谷区戸籍振り仮名のコールセンター

☎03-6364-6251



▲区ポータル

特別区立幼稚園教員採用候補者の募集

①教員

資格 平成4年4月2日以降生まれで、幼稚園教諭普通免許状を現に有している人(9年3月31日までに取得見込みを含む)

②臨時的任用教員

資格 幼稚園教諭普通免許状を現に有している人

(共通事項)

勤務場所 東京23区の区立幼稚園(大田区・足立区を除く)

申込 ①5月12日17:00(受信有効)までにHPで、②申込期間内(必着)に応募書類などを、〒102-0072千代田区飯田橋3-5-1東京区政会館17階特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課採用選考担当へ郵送

※申し込み方法・期間など詳しくは、特別区人事・厚生事務組合HPを確認してください。

区教育指導課教育人事係 ☎03-3463-2997 📠03-5458-4952

特別区人事・厚生事務組合教育委員会事務局人事企画課

☎03-5210-9857



▲特別区人事・厚生事務組合HP

5月の各種相談・学級

※中央保健相談所の会場は、渋谷区子育てネウボラです。

Table with columns: 内容・申し込み, 保健相談所, 日時, 問. Rows include 精神保健相談, 親子の相談室, パパ・ママ入門学級, 育児学級.

Table with columns: 内容・申し込み, 保健相談所, 日時, 問. Rows include 母乳相談, 栄養相談, 乳児(4~5か月児)・離乳食教室, 歯科専門相談.

- 保健相談所
①中央保健相談所保健管理係
②中央保健相談所母子保健係
③中央保健相談所保健サービス第一係・保健サービス第二係
④中央保健相談所栄養指導
⑤恵比寿保健相談所
⑥幡ヶ谷保健相談所

都の医療機関案内サービス「ひまわり」

☎03-5272-0303
📠03-5285-8080(聴覚障がい者専用)
・医療機関案内 通年・24時間
・医療についての相談 (月)~(金)9:00~20:00

医療機関・薬局の公的検索システム

医療情報ネット(ナビイ) ▶
通年・24時間



休日・夜間の急病

●休日・夜間診療

- 区民健康センター桜丘 ☎03-3464-3478
(文化総合センター大和田内) (土)18:00~21:00、(日)・(祝)・(休)9:00~13:00、14:00~21:00
※9:00~18:00は内科・小児科、18:00~21:00は内科のみ
※調剤薬局(☎03-6416-0458) (土)18:00~21:00、(日)・(祝)・(休)9:00~21:00

- しづやこども救急室 ☎03-3400-1311 (日本赤十字社医療センター(広尾4-1-22)内) 19:00~22:00(通年) ※小児科のみ
●病院案内(通年・24時間)
・渋谷消防署 ☎03-3464-0119
●救急車を呼ぶか迷った時は(通年・24時間)
・東京消防庁救急相談センター ☎#7119 または ☎03-3212-2323

休日歯科診療

- 渋谷区口腔保健支援センター プラザ歯科診療所 ☎03-5466-2770(ひがし健康プラザ内) (日)・(祝)・(休)9:00~17:00
●休日歯科応急診療所(指定歯科医院) (日)・(祝)・(休)9:00~13:00
※5月3~6日は9:00~17:00
※指定歯科医院は「ひまわり」または「医療情報ネット」で案内しています。



# 8年度予算が決まりました

未来を見据え「ひとつづくり」「まちづくり」に取り組むとともに、渋谷区基本構想の実現を図る予算

## 一般会計予算

1,525億4,100万円

## 特別会計予算

529億3,200万円

令和8年第1回区議会定例会において予算が議決されました。

8年度は、未来への投資として、「未来の学校プロジェクト」の実現をハード・ソフトの両面から力強く推進していくとともに、喫緊の課題である少子化に対応していくため、小学校での朝の見守り事業などさまざまな事業に取り組み、子育てしやすい環境のさらなる充実を図ります。また、これまで同様、渋谷区基本構想に基づき、高齢者・障がい者福祉施策の充実、街の安全・安心の向上、地域コミュニティの活性化などの各種政策を着実に実行し、区民をはじめとした渋谷民のウェルビーイングの向上を実現していきます。

## 8年度当初予算

(単位:百万円)

| 区分          | 8年度     | 7年度     | 増減額   | 増減率    |
|-------------|---------|---------|-------|--------|
| 一般会計        | 152,541 | 146,873 | 5,668 | 3.9%   |
| 特別会計        | 52,932  | 51,273  | 1,659 | 3.2%   |
| 国民健康保険事業会計  | 26,177  | 26,704  | △ 527 | △ 2.0% |
| 介護保険事業会計    | 18,892  | 17,610  | 1,282 | 7.3%   |
| 後期高齢者医療事業会計 | 7,863   | 6,959   | 904   | 13.0%  |
| 合計          | 205,473 | 198,146 | 7,327 | 3.7%   |

## 8年度一般会計歳出予算額

1,525億4,100万円の構成

区民1人当たり 約66万円

※区民1人当たりの金額は、8年3月1日現在の人口で算出

※詳しくは、区ポータルを確認してください。



▲区ポータル

## 民生費

41.4%

631億7,237万円 区民1人当たり 約27万4千円

高齢者・障がい者のための福祉事業や、子育て支援対策など

## 教育費

17.5%

267億5,682万円 区民1人当たり 約11万6千円

学校教育、生涯学習、図書館の運営など

## 総務費

17.2%

262億597万円 区民1人当たり 約11万4千円

災害対策や安全対策の充実、地域コミュニティ施設の拡充など

## 土木費

11.6%

177億2,194万円 区民1人当たり 約7万7千円

区道や橋・公園施設の整備、住宅施策など

## 環境費

4.8%

73億113万円 区民1人当たり 約3万2千円

ごみ収集やリサイクル推進、緑化推進など

## 衛生費

3.5%

53億9,323万円 区民1人当たり 約2万3千円

区民健診や予防接種助成費用の充実など

## その他

3.9%

59億8,954万円 区民1人当たり 約2万6千円

中小企業・商店街の振興支援、公債費、その他

## 8年度の主な事業

### 子育て・教育・生涯学習

#### 《未来の学校プロジェクト》

- 広尾中学校、松濤中学校、代々木中学校、神南小学校の建て替え工事
- 小中一貫教育校の基本設計
- 西原キャンパス(仮設校舎)の開校

#### 《朝キッズ(朝の見守り事業)》

- 区立小学校の全学年を対象とした、児童が朝の時間を安心して有意義に過ごせる活動の場の提供

### 福祉

#### 《福祉人材支援手当》

- 福祉・介護職員などを対象とした、区独自の手当の上乗せ支給

#### 《高齢者スマートフォン購入費助成事業》

- 65歳以上の人のスマートフォン購入費用の助成、購入時のサポート

### 健康・スポーツ

#### 《健康増進事業》

- 産婦健診、1か月児健診、5歳児健診
- 骨粗しょう症検診
- RSウイルス母子免疫ワクチン定期予防接種
- 高用量インフルエンザHAワクチン定期予防接種

#### 《地域スポーツ・文化活動の支援》

- シブヤ部活動改革プロジェクトの推進

### 防災・安全・環境・エネルギー

#### 《避難所運営事業》

- 母子向け備蓄品の配備
- 避難所用ワンタッチベッドの整備
- 避難所開設支援アプリの導入
- 備蓄品の適正管理

#### 《きれいなまちづくり》

- ポイ捨て対策、路上喫煙対策、落書き対策

### 空間とコミュニティのデザイン

#### 《玉川上水旧水路緑道の再整備》

- 笹塚緑道・大山緑道・幡ヶ谷緑道・西原緑道・初台緑道・代々木緑道の整備

#### 《地域公共交通事業》

- デマンド交通実証実験のエリア拡大(区内全域)

### 文化・エンタテインメント

#### 《都市連携事業》

- 茅野市宿泊補助の実施
- 飯田市都市交流の実施

#### 《白根記念渋谷区郷土博物館・文学館》

- 来館者が渋谷の歴史や文化を知り、自ら探究したくなる施設へのリニューアル(9年3月予定)

### 産業振興

#### 《デジタル地域通貨事業》

- ハチペイハワイ祭キャンペーンなどの実施

図財政課統括財政主査 ☎ 03-3463-1169 ☎ 03-5458-4921

※端数処理のため、内訳と合計が一致しない場合があります。

しぶや区ニュースは区内全世帯へ各戸配布をしています

発行日を過ぎても届かない場合や、配布を停止したい場合など、しぶや区ニュースの配布に関する問い合わせは、しぶや区ニュース各戸配布コールセンターへ ☎ 0120-849-277 (月)~(土)9:00~18:00 ※(祝)・(休)、1月1~3日を除く ※4月1日から電話番号が変更になりました。